

Tipo de Cardápio: Escolar  
 Mês: Agosto/Setembro  
 TURNO: MANHÃ/ TARDE

**PREFEITURA MUNICIPAL DE IGARATINGA**  
**SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO**

Tipo de Ensino: PRÉ-ESCOLAR  
 (Parcial: 20% das necessidades  
 nutricionais diárias)  
**Faixa etária: 4 a 6 anos**  
 Período: AGOSTO a SET DE 2023

**CARDÁPIO SEMANAL**

	<b>1ª Semana</b> 31/07 a 04/08 28/08 a 01/08 25/09 a 29/09	<b>2ª Semana</b> 07/08 a 11/08 04/09 a 08/09	<b>3ª Semana</b> 17/08 a 18/08 11/09 a 15/09	<b>4ª Semana</b> 21/08 a 25/08 18/09 a 22/09
<b>Segunda-feira</b>	Macarrão à bolonhesa tradicional (molho de carne de boi moída com cebola e pimentão picado)	Arroz colorido (arroz, cenoura, repolho picado, carne de boi moída cozida). Salada de beterraba cozida.	Macarrão Espaguete com batata cozida ao molho de Tomate / carne Boi moída temperado com Alho/sal/Pimentão	Arroz primavera (chuchu picado, beterraba ralada, carne de boi moída)
<b>Terça-feira</b>	Arroz Doce (Arroz, leite e açúcar)	Carne de porco desfiada cozida com abóbora moranga. Arroz com cenoura ralada e repolho picado.	Falso mingau de milho verde (moranga, leite, maisena e açúcar)	Arroz colorido (cenoura ralada, moranga, batata cozida, tomate e cebola picada) frango Desfiado.
<b>Quarta-feira</b>	Polenta com molho de carne de boi. Arroz com cenoura. Salada de alface com tomate. Sobremesa: Banana prata	Strogonoff de frango (leite, maisena) e Arroz com cenoura ralada Salada: Tomate/Alface Sobremesa: Mexerica	Torta colorida (farinha de trigo, ovos, pimentão, tomate, couve e talos picados, chuchu, repolho, batata, cenoura ralada, abóbora moranga) com frango desfiado/ Suco de Fruta	Carne de porco desfiada com caldo de abóbora moranga. Arroz com cenoura ralada. Salada de alface com tomate picado. Sobremesa: Banana prata
<b>Quinta-feira</b>	Vaca atolada (isca de porco com mandioca cozida) com arroz e cenoura ralada / feijão inteiro. Salada de tomate picado.	Macarrão Parafuso com batata cozida ao molho de tomate / carne de boi moído.	Feijão inteiro com Arroz e carne de porco desfiado/ Salada de Alface e beterraba cozida. Sobremesa: Mexerica	Feijão tropeiro (feijão inteiro, couve, ovos, legumes e farinha de mandioca) com Arroz branco Salada de beterraba
<b>Sexta-feira</b>	Feijão inteiro com Arroz e frango desfiado/ Salada de couve e beterraba cozida. Sobremesa: Mexerica	Tropeiro (feijão inteiro, couve, ovos, cenoura ralada e farinha de mandioca) com Arroz branco Salada de beterraba. Sobremesa: Banana prata	Farofa de Cenoura ralada com carne de boi moída e couve/ Arroz Branco/ Feijão inteiro. Sobremesa: Banana prata	Arroz com frango desfiado/Caldo de Feijão/ Salada de beterraba cozida e alface rasgada Sobremesa: Mexerica

  
**Tiago Teixeira**  
 Nutricionista  
 CRN 9/6424

COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA SEMANAL)			
Energia (Kcal):			
CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)	Kcal TOTAL
41	9	7,8	309

COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA SEMANAL)			
Energia (Kcal):			
CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)	Kcal TOTAL
53	11	8	325,42

COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA SEMANAL)			
Energia (Kcal):			
CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)	Kcal TOTAL
51	12	9	325

COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA SEMANAL)			
Energia (Kcal):			
CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)	Kcal TOTAL
53	12	9	329

Tiago Teixeira CRN9: 6424  
 Apresentado 10/07/2023

**Obs.: Cardápio Sujeito a alterações, sem aviso prévio.**

Horários: Manhã: 09:00 Tarde: 14:00